

PRAXISORIENTIERTE VORTRÄGE - WERTVOLLE IMPULSE FÜR IHRE GESUNDHEIT



EIN AUSZUG AUS UNSEREN VORTRÄGEN

Burnout und Stressbewältigung

- Stress lass nach - wie Bewegung der Psyche hilft
- Burnout - Modediagnose oder Volkskrankheit
- Stressbewältigung im Arbeitsalltag
- Ein dickes Fell - wie ich gelassener mit Stress umgehen kann

Ernährung und Immunsystem

- Darf ich Schokolade essen? - Gesunde Ernährung bei Stress
- Immunsystem stärken
- Brain und Anti Stress Food
- Darmgesundheit - oft unterschätzt
- Heilkräuter und Co.
- Ayurveda - was genau ist das?

Bewegung und Entspannung

- Gutes für den Rücken
- Yoga im Alltag
- Feldenkreis
- Bewusste Atmung
- Progressive Muskel-Entspannung nach Jacobson (PME)

Mit unseren Vorträgen geben Sie Ihren Mitarbeitern wertvolle Impulse für Ihre Gesundheit am Arbeitsplatz und im Alltag.

Unsere Vorträge stimmen wir ganz nach Maß vorab mit Ihnen und den Bedürfnissen Ihrer Mitarbeiter ab. So können wir gewährleisten, dass wir eine ganz bestimmte Problematik, die z.B. speziell in Ihrem Unternehmen oder Ihrer Branche aufgreifen können.

So gibt es z.B. in der Pflege eine andere Problematik als in einem Großraum-Büro. Und ebenso sind Erzieherinnen anderen Arbeitsbedingungen ausgesetzt als z.B. Gärtner usw.

Desweiteren laden wir bei Bedarf auch Gast-Dozenten wie z.B. Heilpraktiker, Stimm-Therapeuten, Ernährungsberater und viele mehr dazu ein, spannende und interessante Themen-Bereiche auf professioneller Ebene vorzutragen.

Bei Bedarf stellen wir Ihnen das jeweilige Handout des Vortrages zur Verfügung, so dass Sie und Ihre Mitarbeiter die Informationen immer wieder einsehen können. Und im besten Fall haben Sie im Laufe der Zeit ein kleines Gesundheits-Standard-Werk für Ihr Unternehmen beisammen.

Kontakt::

Tel: 01575/3006851

@: info@health-angels.group

www.health-angels.group